

ほけんだより 12月号

令和5年 12月1日
大宮別所小学校
保健室

11月中旬から欠席者や感染症報告が減り、児童たちは元気に外遊びや体育を行っています。引き続き、手洗い・うがいをしていねいに行いましょう。

気温が低くなり、ポケットに手を入れている人や袖が長くて手が隠れている人がいます。転んだときに手が出なくなり、顔をぶついたりする危険があるので、手はしっかり出しましょう。



～保護者の方へ～

12月14日(木) 9:25~11:10

体育館にて、8020歯の健康教室・学校保健委員会を行います。参加届を提出されていない方も参加できますので、ぜひ当日ご来校ください。

12月 保健行事

13日(水) 思春期保健教室 2年生

「いのちは大事なたからもの」

*助産師さんが授業を行います

14日(木) 8020歯の健康教室・学校保健委員会 1・2・3年生、保護者

手洗い・うがい・けが防止キャンペーン



保健委員が11月20~24日の業間休みに、昇降口やロータリーに立ち、「廊下やロータリーは、歩きましょう!」「ていねいに手を洗いましょう!」と、呼びかけをしました。

12月は、昇降口や廊下でのけがが減るといいですね。また、キャンペーンが終わっても、ていねいな手洗いや歩いて行動することを続けていきましょう。



ロータリーは、歩きましょう!

ていねい
手洗い、うがいを
しましょう!



3つの首ってなに?

寒い時に温めると体全体がぽかぽかになる3つの首があります。





げん き 元気マンと

げん き ふゆ やす 元気に冬休み!

げん き ウイルスを プロック!

ウイルスは3つの方法でやって来るよ。

くつ き かん せん 空気感染

まど し き きょうしつ ろう か 窓を閉め切ったままの教室や廊下には、くつ きちゆう 空気中にウイルスがフワフワ浮かんでい

るよ。それを吸い込んでしまうかも…。



ひ まつ かん せん 飛沫感染

せきやくしゃみをする、つば いっしょ と 唾と一緒にたくさんのウイルスが飛び散るよ。周りの人はそのウイルスを吸い込んでしまうかも…。

からだ まも ウイルスから体を守る 3つの技!

げん き わざ 元気マンは、3つの技でウイルスと戦っているよ。みんなも一緒にやってみよう。

マスクガード



マスクをしていればウイルスがと 飛び散るのを防げるよ。吸い込むウイルスも減らせるよ。

て あら 手洗いアタック



せっけんを使って手を洗えば効果抜群。こまめにウイルスを洗い流そう。

かん さ 換気ハリケーン



さむ ときどきまど あ 寒くても時々窓を開けてウイルスを追い出そう。気持ちもすっきりするよ。